KIKKOMAN

Teriyaki-Hühnchen mit buntem Salat

Gesamtzeit **25 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.376 kJ / 328 kcal

ZUTATEN

4 Portion(en)

4	Hähnchenbrustfilets
6 EL	Kikkoman Teriyaki Marinade
2 EL	Sonnenblumenöl
	einige Blätter Eisbergsalat, in Streifen
1	orange Paprika, in dünnen Streifen
6	Radieschen, in dünnen Scheiben
8	Kirschtomaten, halbiert
0,25	Gurke, in Scheiben
Dressing:	
2 EL	Reisessig
2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1 EL	Honig
2 EL	Sonnenblumenöl

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in ca. 1 cm Abstand leicht einschneiden. In einer tiefen Schale mit Teriyaki Marinade & Sauce vermengen und mit Folie abgedeckt über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Schritt 2

Hähnchenbrustfilets abgießen und Marinade dabei auffangen. Hähnchenbrustfilets in 2 EL erhitztem Öl auf der angeschnittenen Seite anbraten und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten weiterbraten. Hitze reduzieren, Hähnchenbrustfilets wenden, aufgefangene Flüssigkeit angießen und abgedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen. Deckel abnehmen und weitere ca. 5 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce karamellisiert ist.

Schritt 3

Essig, Sojasauce und Honig mit übrigem Öl verrühren. Salat mit Paprika, Radieschen, Tomaten und Gurke auf Tellern anrichten und Dressing darüber träufeln. Hähnchenbrustfilets in Tranchen schneiden, auf dem Salat anrichten und servieren.